Cây Cà Gai Leo Có Giảm Mỡ Bụng Không? Sự Thật Cần Biết

Xem nhanh nội dung bài viết [*Ẩn*]

- **1 Cà gai leo là gì? Cà gai leo có chất gì?**
- **2 Cây cà gai leo có giảm mỡ bụng không?**
- **3 Cách uống cà gai leo giảm mỡ bụng**
  - 3.1 Hướng dẫn liều lượng và liệu trình uống cà gai leo
  - 3.2 Hướng dẫn thời điểm uống cà gai leo
  - 3.3 Hướng dẫn cách pha uống cà gai leo
- **4 Cà gai leo mua ở đâu chất lượng tốt, giá rẻ?**
  - 4.1 Giới thiệu sản phẩm cà gai leo uy tín
  - 4.2 Nơi mua cà gai leo giá tốt
- **5 Câu hỏi thường gặp về cà gai leo**

Trong những năm gần đây, cây cà gai leo được nhiều người quan tâm như một loại thảo dược hỗ trợ bảo vệ gan, giải độc và cải thiện sức khỏe tổng thể. Vậy thì **cây cà gai leo có giảm mỡ bụng không**? Hãy cùng tìm hiểu ở trong bài viết dưới đây nhé!

1 Cà gai leo là gì? Cà gai leo có chất gì?

Cà gai leo (tên khoa học: *Solanum procumbens* hoặc *Solanum hainanense*) là một loại cây thân leo mọc hoang phổ biến ở nhiều vùng núi và trung du Việt Nam. Cây thường được nhận biết bởi thân có gai, hoa màu tím nhạt và quả đỏ mọng.

Cà gai leo là một loại cây thân leo mọc hoang phổ biến ở nhiều vùng núi và trung du Việt Nam

Cà gai leo chứa nhiều hợp chất sinh học có giá trị dược lý, trong đó nổi bật nhất là nhóm alkaloid và glycoalkaloid (tiêu biểu là solasodin, solamargine và solasodin). Ngoài ra, cây còn có flavonoid – hoạt chất hỗ trợ chống oxy hóa mạnh giúp bảo vệ tế bào gan trước tác nhân gây hại từ môi trường và thực phẩm.

Một số nghiên cứu tại Việt Nam và nước ngoài cũng cho thấy cà gai leo có chứa saponin và steroid, những chất có khả năng hỗ trợ chống viêm và điều hòa miễn dịch.

Theo nhiều nghiên cứu, Cà gai leo tác dụng chính là hỗ trợ điều trị các bệnh lý về gan như: viêm gan virus (đặc biệt là viêm gan B, C), gan nhiễm mỡ, men gan cao và xơ gan. Chiết xuất từ cà gai leo có khả năng ức chế sự phát triển của virus viêm gan B, đồng thời giúp hạ men gan, chống oxy hóa bảo vệ tế bào gan khỏi tổn thương do rượu bia, thuốc tây hay các độc tố khác.

2 Cây cà gai leo có giảm mỡ bụng không?

Cà gai leo giảm mỡ bụng có tốt không? Trên thực tế, cà gai leo không có tác dụng trực tiếp trong việc giảm mỡ bụng, tuy nhiên, loại thảo dược này lại gián tiếp hỗ trợ quá trình kiểm soát cân nặng thông qua việc cải thiện chức năng gan và thúc đẩy chuyển hóa chất béo trong cơ thể.

Ngoài ra, để giảm mỡ bụng hiệu quả, không thể chỉ dựa vào cà gai leo hay bất kỳ loại thảo dược nào. Người dùng cần kết hợp với chế độ ăn uống khoa học, hợp lý, hạn chế tinh bột xấu và chất béo bão hòa, đồng thời tăng cường vận động thể chất như đi bộ nhanh, tập cardio hoặc yoga. Điều này sẽ giúp người dùng giảm mỡ bụng an toàn và không gây ra tác dụng phụ.

Cây cà gai leo hỗ trợ quá trình kiểm soát cân nặng

3Cách uống cà gai leo giảm mỡ bụng

3.1 Hướng dẫn liều lượng và liệu trình uống cà gai leo

Người dùng cần biết cách uống cà gai leo giảm mỡ bụng để tránh gặp các tác dụng phụ không mong muốn, để lại hậu quả xấu tới sức khoẻ. Dưới đây là liều dùng tham khảo:

Liều dùng thông thường:

- Dạng khô/tươi: 30–50g mỗi ngày.
- Dạng túi lọc/cao lỏng/bột: từ 1–2 lần/ngày.
- Dạng viên nang/viên nén: từ 2–4 viên/ngày tùy hàm lượng chiết xuất.

Liệu trình khuyến nghị: Dùng liên tục từ 1 đến 3 tháng, sau đó nghỉ từ 1–2 tuần nếu muốn duy trì lâu dài. Điều này giúp gan không bị “lệ thuộc” vào thảo dược và đảm bảo an toàn cho người sử dụng.

3.2 Hướng dẫn thời điểm uống cà gai leo

Thời điểm lý tưởng để uống cà gai leo là trước bữa ăn khoảng 15–30 phút, giúp tăng khả năng hấp thu dưỡng chất và hỗ trợ quá trình tiêu hóa cũng như chuyển hóa chất béo hiệu quả hơn. Tuy nhiên, nếu bạn có tiền sử đau dạ dày, nên tránh uống khi bụng quá đói để hạn chế kích ứng niêm mạc dạ dày.

Để đạt hiệu quả ổn định và duy trì tác dụng đều đặn trong ngày, người dùng có thể chia liều thành hai lần uống vào buổi sáng và buổi chiều.

3.3 Hướng dẫn cách pha uống cà gai leo

1. **Dạng tươi hoặc dạng khô**

- **Sắc uống**: Dùng 30–50g cà gai leo đun với 1–1.5 lít nước, nấu sôi 15–20 phút, chia làm 2–3 lần uống trong ngày.
  Hãm trà: Dùng 1 nắm nhỏ cà gai leo khô, hãm với nước sôi trong 10–15 phút, có thể dùng thay nước trà hằng ngày.

1. **Dạng túi lọc, cao lỏng, hoặc bột**

Đối với dạng túi lọc, cao lỏng, hoặc bột, người dùng hãm túi lọc/cao/bột với 150–200ml nước nóng khoảng 70–80°C, để nguội bớt rồi uống.

1. **Dạng viên nang hoặc viên nén**

Đối với dạng viên nang hoặc viên nén, người dùng uống trực tiếp với nước ấm sau khi ăn nhẹ hoặc theo hướng dẫn của nhà sản xuất.

4Cà gai leo mua ở đâu chất lượng tốt, giá rẻ?

4.1 Giới thiệu sản phẩm cà gai leo uy tín

Dược Trà Hoà Tan Cà Gai Leo Hygie and Panacee

Nguồn gốc sản phẩm:

Dược Trà Hoà Tan Cà Gai Leo Hygie and Panacee là thực phẩm chức năng do Công ty TNHH MTV Hygie and Panacee. Công ty ra đời từ niềm đam mê dược liệu Việt, được sáng lập bởi Dược sĩ Đoàn Thị Hồng Thắm – một chuyên gia có gần 20 năm kinh nghiệm trong nghiên cứu – phát triển sản phẩm thảo dược, từng tham gia các dự án tại Dược Hậu Giang và Pymepharco, và xuất hiện trên Shark Tank năm 2022.

Thành phần:

Bảng thành phần gồm:

- Dịch chiết Cà gai leo
- Lactose Monohydrate
- Thành phần khác.

Công dụng:

- Hỗ trợ tăng cường chức năng gan, giúp gan khỏe mạnh và làm việc tốt.
- Hỗ trợ bảo vệ tế bào gan khỏi tác động tiêu cực của bia rượu, thuốc lá hoặc những tác nhân có hại từ môi trường.
- Hỗ trợ thanh lọc cơ thể, giải độc gan, hạ men gan. Từ đó giúp hỗ trợ ổn định và làm giảm triệu chứng của các bệnh lý về gan.

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả sản phẩm khác nhau còn tùy thuộc vào cơ địa của mỗi người.

Quy cách: Sản phẩm có hai dạng là đóng gói là Hộp 24 gói và Hộp 250g.

Giá bán:

Đối với dạng hộp 24 gói: 165.000 VNĐ/hộp

Đối với hộp 250g: 275.000 VNĐ/hộp

HYGIE AND PANACEE
INSPIRED FROM NATURE
TRÀ HOÀ TAN | INSTANT TEA
CÀ GAI LEO HYGIE
HYGIE SOLANUM PROCUMBENS INSTANT TEA
Gan khoẻ cho cuộc sống tươi trẻ
KLT N/W | 24 GÓI x 5G
TRÀ HOÀ TAN
CÀ GAI LEO HYGIE
HYGIE SOLANUM PROCUMBENS INSTANT TEA
HYGIE AND PANACEE
5g

Dược Trà Hoà Tan Cà Gai Leo Hygie and Panacee

XEM SẢN PHẨM
Mua Vitamin Đến Vivita

Viên uống Cà Gai Leo Tuệ Linh

Nguồn gốc sản phẩm:

Viên uống Cà Gai Leo Tuệ Linh do Công ty TNHH Tuệ Linh nghiên cứu và sản xuất. Đây là công ty sở hữu vùng trồng cà gai leo tại Mỹ Đức, Hà Nội, được kiểm soát chặt chẽ từ khâu chọn giống đến thu hoạch, đảm bảo không tồn dư thuốc bảo vệ thực vật. Vì vậy, người dùng có thể hoàn toàn yên tâm về chất lượng sản phẩm.

Thành phần:

- Cao Cà gai leo
- Cao Giảo cổ lam
- Các thành phần khác.

Công dụng:

- Hỗ trợ giải độc gan
- Hỗ trợ giải độc rượu
- Hỗ trợ bảo vệ gan

Quy cách: Hộp 60 viên

Cà gai leo giá bao nhiêu: 130.000 VNĐ/hộp 60 viên

Viên uống Cà Gai Leo Tuệ Linh

XEM SẢN PHẨM
Mua Vitamin Đến Vivita

4.2 Nơi mua cà gai leo giá tốt

Hướng dẫn mua tại nhà thuốc Vivita

Quý khách có thể ghé đến địa chỉ nhà thuốc tại 58 Trần Quý Cáp, P.11, Q. Bình Thạnh, Thành phố Hồ Chí Minh để mua sản phẩm chính hãng và nhận sự tư vấn tận tình từ dược sĩ dày dặn kinh nghiệm.

Hướng dẫn liên hệ tư vấn, đặt hàng qua tổng đài Vivita

Nếu quý khách không có nhiều thời gian, có thể liên hệ qua tổng đài để gặp nhân viên tư vấn và hỗ trợ nhiệt tình, chính xác. Vivita có đội ngũ dược sĩ tư vấn online vô cùng chuyên nghiệp, đảm bảo quý khách sẽ mua được những sản phẩm chính hãng và chất lượng nhất.

Hotline: 0888 533 350 – 0906 999 452

Hướng dẫn đặt mua qua website Vivita

Quý khách có thể truy cập vào website vivita.vn để tìm hiểu các thông tin và tiến hành đặt hàng:

- **Bước 1**: Truy cập vào website **vivita.vn**.
- **Bước 2**: Chọn sản phẩm bạn muốn mua và click **"MUA NGAY"**.
- **Bước 3**: Điền đầy đủ thông tin bao gồm: Họ tên, Số điện thoại, email, địa chỉ nhà.
- **Bước 4**: Nhấn nút **"TIẾN HÀNH ĐẶT HÀNG"** là bạn đã hoàn thành việc mua sản phẩm. Sau đó sẽ có nhân viên gọi điện xác nhận đơn hàng.

5Câu hỏi thường gặp về cà gai leo

Cà gai leo có giảm mỡ máu không?

Cà gai leo không phải là thuốc đặc trị mỡ máu, nhưng một số nghiên cứu đã chỉ ra rằng hoạt chất flavonoid và saponin trong cà gai leo có thể hỗ trợ điều hòa lipid máu. Nhờ khả năng cải thiện chức năng gan và thúc đẩy chuyển hóa chất béo, cà gai leo có thể góp phần hỗ trợ giảm nhẹ cholesterol xấu nếu dùng đều đặn kết hợp với chế độ ăn hợp lý.

Uống cà gai leo có ảnh hưởng gì đến thận không?

Hiện chưa có nghiên cứu nào cho thấy cà gai leo gây hại cho thận. Ngược lại, với cơ chế giải độc gan, hỗ trợ chức năng gan hoạt động hiệu quả, cà gai leo còn gián tiếp giúp giảm gánh nặng thải độc cho thận. Tuy nhiên, người có bệnh lý thận mạn tính hoặc đang dùng thuốc điều trị cần tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi sử dụng để tránh gặp các tác dụng phụ không mong muốn.

Uống cà gai leo có hại dạ dày không

Cà gai leo khá lành tính, không gây kích ứng niêm mạc dạ dày nếu dùng đúng liều lượng. Tuy nhiên, với người có tiền sử đau dạ dày, nên tránh uống khi bụng quá đói, người dùng nên uống sau khi ăn nhẹ hoặc trước bữa chính 15–30 phút để đảm bảo an toàn.

Nên uống cà gai leo trong thời gian bao lâu?

Thời gian sử dụng cà gai leo phụ thuộc vào mục đích sử dụng. Với nhu cầu hỗ trợ gan hoặc chuyển hóa, nên dùng liên tục trong 1–3 tháng, sau đó nghỉ từ 1–2 tuần để cơ thể điều hòa. Nếu muốn sử dụng kéo dài, người dùng nên có sự tư vấn của bác sĩ để tránh gặp phải những tác dụng phụ không mong muốn.

Trên đây là toàn bộ những thông tin về **cây cà gai leo có giảm mỡ bụng không**. Nếu quý khách còn bất kỳ thắc mắc nào, có thể liên hệ trực tiếp đến **Vivita** để nhận được sự tư vấn và hỗ trợ nhanh nhất!

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/cay-ca-gai-leo-co-giam-mo-bung-khong.html